

Mawaddatur rohmah NIM 21153010016 Program Studi Kebidanan	Dosen Pembimbing Iin Setiawati, S.Keb.,Bd.,M.Kes NIDN: 0713108605
HUBUNGAN SIKLUS MENSTRUASI DAN KUALITAS TIDUR DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 02 ROBATAL	
ABSTRAK Anemia adalah kondisi di mana sel darah merah dalam tubuh lebih rendah dari jumlah normalnya. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMPN 02 Robatal Sampang pada tanggal 14 Desember 2025 didapatkan dari 10 remaja putri dikelas 50% diantaranya mengalami anemia sesuai dengan hasil laboratorium kadar HB kurang dari 11 mg/dl .Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui adanya hubungan antara siklus mentruasi dan kualitas tidur terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 02 Robatal Sampang Desain penelitian menggunakan analitik dengan pendekatan <i>Cross Sectional</i>. Variabel indepen den siklus menstruasi, kualitas tidur) dan variabel dependent kejadian Anemia. Populasi yang digunakan semua siswi di SMPN 02 robatal tercatat dalam absensi tercatat sebantak 68 siswi kelas VIII dan IX. Teknik pengambilan sampel menggunakan <i>Simple Random Sampling</i>, tempat penelitian di SMPN 02 Robatal pada bulan Juli 2025. Instrument pada penelitian ini menggunakan PSQI, KUESIONER siklus menstruasi, easy touch dan menggunakan uji statistik <i>Chi-Square</i>. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri mengalami siklus menstruasi yang normal (58,6%) dan sebagian besar memiliki kualitas tidur buruk (65,6%), serta sebagian besar mengalami anemia (65,6%). Tidak ada hubungan antara siklus menstruasi dan kejadian anemia ($p = 0,171$), serta terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan kejadian anemia ($p = 0,017$). Berdasarkan hasil penelitian upaya dalam pencegahan anemia yaitu menjaga kualitas tidur yang baik, jadwal tidur yang teratur,lingkungan yang nyaman,hindari makan terlalu banyak sebelum tidur. Kata Kunci:Siklus Menstruasi,Kualitas Tidur, dan Anemia	